

El Encanto de la Comunicación



Porque el vínculo
con nuestros seres
queridos es lo único
que realmente
cuenta...

Juan Bravo C.


EVOLUCIÓN
Editorial

Estimado lector:

Este libro en versión digital no es gratis. El valor es de US\$ 15 (ó \$ 7.500 pesos chilenos). Justificado por el indispensable retorno económico para continuar estas investigaciones y por el comportamiento ético de respeto a la propiedad ajena.

EL ENCANTO DE LA COMUNICACIÓN

Segunda Edición

Juan Bravo Carrasco

EL ENCANTO DE LA COMUNICACIÓN

Segunda Edición

Porque el vínculo
con nuestros seres
queridos es lo único
que realmente
cuenta...

Juan Bravo Carrasco



© JUAN BRAVO CARRASCO, 1998

Inscripción N° 106.395, noviembre de 1998
Derechos reservados. I.S.B.N.: 956-7604-06-1
jbravo@vtr.net. Segunda Edición: Junio de 2007

EDITORIAL EVOLUCIÓN S.A.
www.evolucion.cl, info@evolucion.cl
Santiago de Chile

A Sonia, mi esposa, con todo el amor del mundo.

Porque juntos hemos conversado y practicado gran parte de los mensajes de este libro, porque sus palabras de estímulo han resultado decisivas y por ser mi ejemplo favorito de amplia superación personal, de lo cual tenemos el privilegio de disfrutar en casa.

Prólogo a la Segunda Edición

Es muy grato para mi ver que el libro mantiene su vigencia nueve años después de la primera edición. Es verdad, la comunicación es un tema central en nuestra vida y parece ser cada vez más importante con los desafíos de la vida actual.

Veo que el libro nos ayuda porque de alguna forma nos invita a detenernos, reflexionar y actuar. Ha sido interesante retomarlo, porque confirmo que no se trata de una investigación académica sino que de experiencias de vida, organizadas de tal forma que nos sirvan para pensar, cambiar y lograr una vida más plena.

En cuanto al contenido, esencialmente el libro se mantiene similar al primero, solamente agregué algunos casos, corregí detalles y actualicé alguna información contingente. De todas formas, en comentarios al pie de página hago algunos alcances cuando es necesario.

Lo que sí enriquece esta nueva edición es el testimonio de Sonia, mi esposa, quien quiso compartir una vivencia relacionada con la comunicación con uno mismo (en la primera versión no incluí sus palabras porque este libro fue una sorpresa para ella).

Por mi parte, me despido y les deseo éxito en las acciones que seguramente derivarán de la lectura.

JBC

Palabras de Sonia Zamora

Quiero compartir con ustedes una experiencia personal relacionada con la comunicación interior. Es que la comunicación con uno mismo nos permite escuchar la voz de la intuición.

A fines del 2000, tuve un sueño donde me veía mis piernas heridas. En ese entonces tenía que realizar un viaje a España con Juan e inconscientemente comencé a retardar día a día la búsqueda de mi pasaporte. Mi intuición me decía “no viajes”, el mensaje era muy fuerte, hasta que lo tomé como un aviso, porque no me agradaba la idea de tener un accidente lejos de casa y de mis seres queridos. Juan comprendió y viajó solo.

A los dos meses, en diciembre de 2000, tuve un accidente donde me dañé una pierna. Al hacerle caso a mi intuición, el suceso ocurrió en Chile, rodeada de mis seres queridos.

Hacía sólo cuatro días que había terminado de dictar en Cenfa un curso de desarrollo personal, donde uno transmite y recibe fuerza, energía y pensamientos positivos. Eso me sirvió de mucho porque quedé impregnada de muy buenas energías.

Al evaluar mi situación y viendo que podría haber sido peor, me dije a mi misma: Ah., es sólo una pierna, me voy a sanar y a recuperar. Sin saber que el diagnóstico de mi accidente era grave, que habían varias complicaciones, así es que el proceso de sanación fue más largo de lo que pensaba.

Sin embargo, tuve una buena recuperación, gracias a la excelente atención del IST en Viña del Mar y al trabajo de joyería realizado por el Doctor José Pedro Simonetti. También me ayudó sentir el inmenso cariño de mis familiares, amigas, compañeras de Cenfa y de personas a quienes había ayudado en terapia o en cursos de desarrollo personal. Por supuesto, el cuidado y atención de Juan y de mis hijos fue muy importante.

También me ayudó el pensamiento positivo, el cual estimula la espiritualidad de la persona y de su recuperación.

Al año retomé mis actividades y en una sesión en Cenfa tuve un *insight*, sentí una enorme angustia, no sabía lo que me pasaba.

Pedí hora con una sicóloga que me quedara cerca de casa, rogaba a Dios que me tocara un buen profesional, que fuera acogedora y que me ayudara a salir de ese estado. Dios me escuchó y me envió a Tania Rajcevic, un ángel tremendamente empático y acogedor, quien con dos preguntas se dio cuenta que el *insight* estaba relacionado con mi accidente, el cual estaba bloqueado en mi mente, donde muchos sentimientos luchaban por aflorar a la superficie.

Realicé con Tania una larga terapia, fue cerca de un año y salí muy fortalecida. Me ayudó, por ejemplo, a escuchar e interpretar sueños que han resultado ser muy significativos en mi vida.

¿Qué mensaje recibí de este accidente? Que la vida nos manda muchas lecciones, en este caso el mensaje fue

“un frenazo brusco en mi andar en la vida” (las piernas representan nuestro andar). Estaba realizando muchas cosas en la vida y no me daba tiempo para detenerme y reflexionar.

Me he convertido en un ser muy reflexivo y valoro la meditación, la lectura, el estudio y la comunicación con otras personas que nos lleva a mayor conocimiento.

Tal como dice Brian Weiss: “A través del conocimiento se llega a Dios”.

Espero les sirva mi testimonio y que la lectura de este libro les ayude en su propio proceso de superación personal.

Sonia Zamora R.

Reconocimientos

Agradezco los aportes de los amigos que revisaron y comentaron diferentes versiones del libro: Patricia Valenzuela, Sima Nisis de Rezepka, Rolf Achterberg, Juan Carlos González, Sergio Valenzuela, Manuel Videla, Jorge Israel, Alberto Israel, Isaías Aguayo, Eugenio Díaz, Rodolfo Ramírez, Christian Andrews y Patricia Barraza. Realmente su ayuda enriqueció el libro y si después de tantas revisiones todavía quedó algún error, es de mi exclusiva responsabilidad.

He tenido el privilegio de realizar talleres sobre comunicación en muchas empresas, el aprendizaje ha sido mutuo. A sabiendas del riesgo de dejar fuera a personas extraordinarias de esas empresas, quisiera agradecer a: Giancarlo Gandolini Ambrosoli y Bernardo Cienfuegos de Industrias Ambrosoli; Claudio Nitsche, Carlos Seemann, Gustavo Chamorro y Jaime Valdés de Tecsa S.A. Quinta Región; María Isabel Ibarra y Francisco Javier Ibarra, de la empresa Modella; don Paco, Pedro Medina y familia de Autoservicio Maipú; Jorge Domingo y su hijo Mauricio de Molino El Puente; Patricia Valenzuela y Marcela Astorga de Plásticos Chorrillos; Rodolfo Ramírez, Juan Ferrari, Luis González, Rodolfo Ayala y Juan Bugueño de Enami; Verónica Juliá y Patricio González.

La portada de la primera edición (Madame Recamier) fue diseñada en conjunto con Bernardo Cienfuegos Areces, a quien además debo agradecer sus comentarios sobre el texto, su apoyo y contagioso entusiasmo.

La portada de esta edición es diseño de mi hijo Juan Pablo junto con mi esposa Sonia.

También reconozco que gran parte de lo aprendido proviene de una extraordinaria comunicadora, alguien que siempre practicó intuitivamente “El arte de amar”, me refiero a mi madre. Una mujer a la que he visto amar en la adversidad, buscar siempre el ángulo positivo de toda persona, vivir el perdón, mantener su mente limpia y guardar en secreto los secretos que le confían y, aun acogiendo todos los comentarios, detener un rumor a través de un silencio comprensivo.

He disfrutado estos últimos tiempos de la cercanía y apoyo de mi padre. Asimismo, resulta enriquecedor compartir con mis hermanas Yoly, Laly, Silvia y Olga y sus respectivas familias, sobre todo después de la muerte de mi hermano Jaime a comienzos de 1998. A propósito, escribir acerca de Jaime en mi libro sobre sistemas de ese mismo año fue una verdadera terapia sobre pérdidas. Allí detallé sobre la búsqueda del sentido de su muerte, que creo haberlo encontrado... en la vida. Se aprecia, por ejemplo, en reconciliaciones, oportunidades de dar, reencuentros y propósitos de avance personal que surgieron producto de su partida.

De Sonia, mi esposa, me declaro el más profundo admirador, al mismo tiempo que le ofrezco todo mi reconocimiento. La veo llena de una gran vitalidad, sensibilidad, una capacidad de acogida extraordinaria y sobre todo, de amar. Abocada a su desarrollo y a su familia. Además de su título de Educadora de Párvulos, agregó el de Consejera Familiar en CENFA (Centro Nacional de

la Familia), dicta cursos y talleres sobre temas de la familia y de superación personal, incursiona en temas como la educación sexual en adolescentes, las escuelas para padres y la consejería a través de un programa en la radio de Quilpué. Ella pone en práctica *su dicho*: *no temas ir despacio, sólo teme no avanzar*. El cambio ha sido grande, aunque, ¿no será que ella ha estado siempre ahí, con la misma potencialidad y que sea mi propio cambio el que me lleva a verla diferente, a una revalorización?

Nuestros hijos, Juan Pablo, Daniel y Mauricio, han sido fuente de inspiración para esta obra. Sin embargo, sus aportes llegan mucho más allá, en la forma de vivencias y reflexiones conjuntas que han ido modelando buena parte del libro. Sobre todo, debo agradecer en ellos el aprendizaje que me han brindado sobre el comportamiento natural humano y me sorprenden, como cuando Daniel prefiere privarse él para darle prioridad a su hermano mayor en tener computador, Mauricio practica lo de escuchar y ser escuchado, buscando las palabras precisas y repitiendo con sus palabras el mensaje de la otra persona, o Juan Pablo se ofrece a grabar el programa de su madre en la radio¹.

JBC

¹ Nota 2ª edición: Aunque Sonia ya se retiró de Cenfa, continúa con su proceso de desarrollo personal y sigue contribuyendo en el mundo. Juan Pablo ya se tituló en la universidad y Daniel y Mauricio están cursando sus estudios superiores.

Contenido

PRÓLOGO A LA SEGUNDA EDICIÓN 11

RECONOCIMIENTOS 15

CONTENIDO 19

PRÓLOGO 21

INTRODUCCIÓN 27

CAPÍTULO 1. SOMOS COMUNICACIÓN 37

La comunicación es magia 40

La comunicación es seducción 43

Estilo colaborativo de interacción 45

Comunicación en libertad 51

La comunicación es energía 53

Un ambiente cálido y acogedor 58

La cultura del grupo 60

Siempre comunicamos 64

Negociación efectiva 67

CAPÍTULO 2. COMUNICACIÓN ES TRANSFORMACIÓN 73

Avanzar, en línea con el bien común 75

El momento de la verdad 76

¡Tenemos libre albedrío! 80

Disfrutar el tiempo presente 82

Cambios en nuestro estado de ánimo 84

Armonía 86

Emoción e intensidad 89

El cambio, adaptación e innovación 92

Revisar soluciones antiguas 97

CAPÍTULO 3. LA TRANSFORMACIÓN COMIENZA POR UNO MISMO 101

Transformación personal permanente 105

Buscar el significado 107

Personalidad y propósito 109

Estar alegres 111

Armonía interior 112

Autocontrol 116

Automotivación 117

Autoobservación 120

Educación total 122

CAPÍTULO 4. EN LA DIRECCIÓN DE LOS SUEÑOS 125

¿Cómo se gesta una visión? 130

¿Cómo se materializa un sueño? 132

Hacer el cambio 134

CAPÍTULO 5. CULTIVAR RELACIONES DE CONFIANZA 139

La confianza es un puente de plata 142

Compromiso 143

Participación total 145

Respeto 149

Pensamiento positivo 155

Humanidad y colaboración solidaria 157

CAPÍTULO 6. ESCUCHAR CON TODO, A LAS PERSONAS Y A LA VIDA 159

Saber escuchar 161

Empatizar 169

Saber decir 172

Seguimiento y cumplimiento de los compromisos 177

¿Cómo resolver el conflicto? 179

Comprensión 182

Perdón 184

Proceso de compensación 187

Hacer silencio 190

CAPÍTULO 7. EL AMOR 191

Formación Integral 196

Cultivar las virtudes 199

Haciendo feliz a los demás 202

Querer el cambio 206

¿Quién puede ser líder? 211

Trate a los demás como le gustaría que le trataran 213

Fe y optimismo 216

BIBLIOGRAFÍA 221

Prólogo

Algunas admiradas y queridas personas, totalmente inmersas en el tema de lo humano, Sima Nisis de Rezepka, Patricia Barraza, Jorge Israel Russo e Isaías Aguayo han tenido la extraordinaria gentileza de aportar algunas palabras para enriquecer la presentación de este libro. Intentar una catalogación es un reduccionismo que nunca reflejará la amplitud de sus intereses, por tanto, junto con mis disculpas, intentaré un modesto acercamiento, sólo como una breve presentación a los lectores. Sima es una destacada educadora que valora en mucho haber estudiado personalmente con maestros de la altura de Carl Rogers, Viktor Frankl, Reuven Feuerstein y Humberto Maturana. Patricia es enfermera y orientadora familiar, con muchos cuestionamientos y reflexiones cercanas que ayudan en la superación personal. Jorge es un destacado consultor de Naciones Unidas, extraordinario profesor y director de un diplomado en el Instituto de Ciencias Políticas en la Universidad de Chile. Isaías es un maestro inspirador, formador internacional de capacitadores en educación, liderazgo y comunicación.

Sima Nisis de Rezepka

El título es este libro “El encanto de la comunicación”, refleja lo que su autor Juan Bravo ha expresado a través de los temas elegidos como ¿qué es la comunicación?, avanzar en línea con el bien común, cultivar el amor, saber escuchar, confiar, visionar, la transformación co-

mienza por uno mismo, etc. Estos interesantes temas, elegidos como piedras preciosas, están incrustados con pensamientos muy bellos, seleccionados de autores que han dejado huellas profundas en sus lectores por haber sido capaces de descifrar el alma humana.

Lo que el autor logra en forma muy sencilla, ágil y honesta, es mostrar como en un hermoso arcoiris, sus preocupaciones personales por conocer «su alma» a partir de su experiencia en la vida cotidiana, con sus alumnos y familia, contactándonos con la apasionante aventura del “Encanto de la comunicación”, que sin duda, es el arte más sublime a que un ser humano puede aspirar.

Lo logra, invitándonos a elevar nuestra preocupación por la esencia de lo humano, al hacer crecer nuestra alma al infinito.

Patricia Barraza

Me llenó de emoción que Juan me pidiera formar parte del grupo de revisores del libro, porque de alguna forma me transmite su confianza y la confianza es un estuendo ingrediente para afianzar los lazos de amistad...

Con respecto al libro, a medida que iba avanzando en la lectura, ésta comenzaba a formar cuerpo y a emerger en su profundo sentido; en el sentido de ser persona, en el sentido humano, en el profundo sentido que tiene tomar consciencia de que “somos con otros”. Esto me conectó con el “descubrimiento” más grande que he hecho a lo largo de toda mi carrera y que tiene ver con considerar al otro “como un legítimo otro en convivencia

con uno". En eso he estado trabajando por largos años y creo que no terminaré de trabajarlo hasta el final de mis días.

Lo más valioso que le encuentro al libro es justamente que permite este tipo de reflexiones que ayudan a crecer y desarrollarnos en lo que es propio nuestro, lo humano.

Jorge Israel Russo

Ha sido un privilegio conocer a Juan Bravo. Espíritu inquieto y muy estudioso. Autor de muchos trabajos que con pasión y no pequeña cuota de sacrificio convierte en libros de gran utilidad para la formación de las personas, actividad que es una de sus vocaciones.

Este nuevo libro es una vivencia del autor. Es una demostración de amistad con el lector. Una invitación a compartir con él sus experiencias, sus reflexiones, sus lecturas. Nos conduce a leer no solamente a especialistas en gestión, sino también a mensajeros del espíritu. Y cada vez más necesitamos esa integración sistémica para darle humanidad a la gestión. La comunicación lo es casi todo y tiene que ser permanentemente cultivada, con una visión amplia y elevada. Por eso, temas como: somos comunicación, el arte de amar, en la dirección de los sueños y cultivar las virtudes, nos motivan a ser mejores para hacer mejores a los demás.

Sus sugerencias son tan ricas y sus citas tan pertinentes que nos invitan a seguir nuevas rutas incursionando en nuevos conocimientos.

Un documento de gran valor, que junto con sus otros libros, aporta nuevos escenarios para la construcción de una sociedad mejor, misión en la que Juan Bravo está comprometido. Y nosotros también.

Isaías Aguayo

A modo de reflexión... ¿Qué hace el que algunas personas brillen con luz propia en este complejo mundo de las cosas, objetos materiales y también de lo intangible, lo espiritual, los sentimientos y la emoción? ¿Es que acaso están llamados a producir un gran Big Bang en la sociedad para romper con lo clásico, lo tradicional, creando un caos que llevará mayor orden a nuestro mundo?

Así es Juan Bravo Carrasco, una persona que crea una exquisita inestabilidad y que se vale del *Encanto de la comunicación*, que aflora espontáneo de sí mismo, para abrirnos las puertas al visionamiento, al liderazgo que demanda esta nueva época. Lo hace con la sabiduría de un monje Taoísta y con el encanto de un infante... lo que inevitablemente me lleva a evocar unos versos que aprendí de niño y que tan bien reflejan su personalidad de maestro:

*¿Quién es ese del cabello cano como la piel del armiño
que juntó su candor de niño con experiencia de anciano?*

*Cuando se tiene en la mano un libro de tal varón
abeja es cada expresión, que volando del papel
deja en los labios la miel y pica en el corazón.*

Este texto está llamado a cambiar muchas conductas, a remover muchas conciencias, a alertar a muchos para enfrentar mejor preparados el nuevo milenio. Profesores, alumnos, empresarios, profesionales en general, padres e hijos, encontrarán en él una fuente inagotable de inspiración y orientación. ¡Déjate picar por la sabiduría de esta abeja y sentirás en tus propios labios y vida, la miel que escurrirá a tu corazón y transformará tu existencia!...